

Efecto de las clases de Educación Física en la intención de ser físicamente activo

Effect of Physical Education Classes on the Intention to Be Physically Active

Efeito das classes de Educação Física sobre a intenção de ser físicamente ativo

Karina Elizabeth. Andrade-Lara¹

1. Universidad de Jaén, Jaén, España.
karinandrade9011@gmail.com

Resumen

El objetivo de este trabajo fue determinar cuán significativa es la asociación entre las clases de Educación Física, la intención de ser físicamente activo y nivel de actividad física semanal en una muestra de 75 estudiantes de educación secundaria obligatoria (36 hombres y 39 mujeres) de $13.56 \pm .663$ años. Se diseñó un estudio descriptivo transversal. Se utilizó la prueba estadística t de Student para muestras independientes y el índice de correlación de Pearson (significación $p < .05$). Los resultados evidenciaron que los instrumentos IEF, MIFA y la media de actividad física se correlacionaron a nivel $p < .01$ para cada factor. Se concluye que cuanto menos importancia se da a las clases de Educación Física, menos interés hay en ser físicamente activo y menos tiempo se dedica a la actividad física semanal; por el contrario, cuando aumenta la intención de ser físicamente activo, aumenta el tiempo de actividad física semanal fuera de la escuela.

Palabras Clave: actividad física; adolescentes; educación; Educación Física; motivación.

Abstract

This work aimed to determine the importance of the association between Physical Education classes, the intention to be physically active and the level of weekly physical activity in

a sample of 75 students of compulsory secondary education. (36 males and 39 females) aged $13.56 \pm .663$ years. A cross-sectional descriptive study was designed. Student's t-test for independent samples and Pearson's correlation index (significance $p < .05$) were used. Results showed that the IEF and MIFA instruments and the mean physical activity correlated at the $p < .01$ level for each factor. It can be concluded that the less importance is given to Physical Education classes, the less interest there is in being physically active and the less time is spent to weekly physical activity; in contrast, when the intention to be physically active increases, the time spent on weekly physical activity outside of school increases.

Keywords: Physical activity; adolescents; education; Physical Education; motivation.

Resumo

O objetivo deste estudo foi determinar o efeito da associação entre aulas de Educação Física, intenção de ser fisicamente ativo e nível de atividade física semanal em uma amostra de 75 alunos do ensino médio obrigatório (36 homens e 39 mulheres) com idade de $13,56 \pm .663$ anos. Elaborou-se um estudo descritivo de corte transversal. Utilizou-se o teste t de Student para amostras independentes e o índice de correlação de Pearson (significância $p < .05$). Os resultados evidenciaram que os instrumentos IEF e MIFA e a média de atividade física se correlacionaram no nível $p < .01$ para cada fator. Conclui-se que quanto menor a importância dada as aulas de Educação Física, menor interesse em ser fisicamente ativo e menos tempo gasto em atividade física semanal; inversamente quando a intenção de ser fisicamente ativo aumenta, o tempo de atividade física semanal fora da escola aumenta.

Palavras chave: atividade física; adolescentes; educação; Educação Física; motivação.

Referencias

1. Dobbins, M.; Husson, H.; Decorby, K.; Larocca, R. (2013). School-based Physical Activity Programs for Promoting Physical Activity and Fitness in Children and Adolescents Aged

6 to 18. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (2).

<https://doi.org/10.1002/14651858.CD007651.pub2>

2. Gálvez-Fernández, P.; Saucedo-Araujo, R.; Campos-Garzón, P.; Aranda-Balboa, M.; Molina-Soberanes, D.; Segura-Díaz, J.; Chillón, P. (2021). El desplazamiento activo al centro educativo e indicadores de salud asociados: protocolo de evaluación del estudio PACO “Pedalea y Anda al Colegio” y su aplicación en educación secundaria. *Retos*, 39, 649-657. <https://doi.org/10.47197/retos.voi39.80906>
3. García Canto, E.; Rosa Guillamón, A.; Nieto López, L. (2020). Nivel de actividad física, consumo habitual de tabaco y alcohol, y su relación con la calidad de vida en adolescentes españoles. *Retos*, 39, 112-119. <https://doi.org/10.47197/retos.voi39.78489>
4. Gómez Rijo, A.; Gámez Medina, S.; Martínez Herráez, I. (2011). Efectos del género y la etapa educativa del estudiante sobre la satisfacción y la desmotivación en Educación Física durante la educación obligatoria. *Ágora para la Educación Física y el deporte*, 13(2), 183-196. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/23716>
5. Kamtsios, S. (2011). Differences in Attitudes towards Exercise, Perceived Athletic Ability, Perceived Physical Attractiveness and Participation in Physical Activity in Children and Adolescents Aged 10 to 18 Years Old. *Journal of Sport and Health Research*, 3(3), 129-142. <https://shre.ink/cIop>
6. Martínez-López, E.; Moreno-Cerceda, J.; Suarez-Manzano, S.; Ruiz-Ariza, A. (2018). Efecto y satisfacción de un programa de actividad física controlada por pulsómetro en el índice de masa corporal de escolares con sobrepeso-obesidad. *Retos*, 33, 179-184. <https://doi.org/10.47197/retos.voi33.58019>
7. Méndez-Giménez, A.; Martínez de Ojeda Pérez, D.; Valverde-Pérez, J. (2016). Valoración del alumnado y profesorado del material convencional y autoconstruido: estudio longitudinal de diseño cruzado en Educación Deportiva. *Retos*, 30, 20-25. <https://doi.org/10.47197/retos.voi30.35725>

8. Muñoz González, V.; Gómez-López, M.; Granero-Gallegos, A. (2019). Relación entre la satisfacción con las clases de Educación Física, su importancia y utilidad y la intención de práctica del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista Complutense de Educación*, 30(2), 479-491. <https://doi.org/10.5209/RCED.57678>
9. Pérez Soto, J.; García Cantó, E.; Guillamón, A.; Rodríguez García, P.; Moral García, J.; López García, S. (2019). Relación entre la intención de ser activo y la actividad física extraescolar. *Revista de Psicología*, 37(2), 389-405.
<https://doi.org/10.18800/10.18800/psico.201902.001>
10. World Health Organization. (2018). *Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030: More Active People for a Healthier World*.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>